



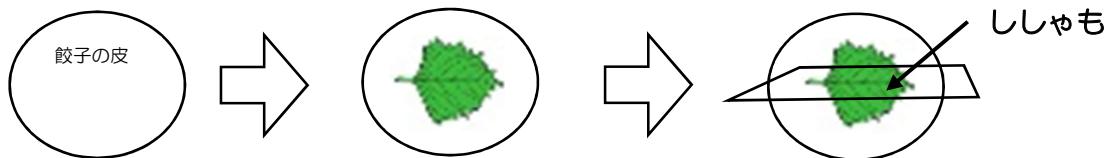
【材料 5人分】

- ・ししゃも 10本
- ・酒 小さじ1 (下味)
- ・でん粉 大さじ1
- ・しその葉 1枚
- ・餃子の皮 10枚
- ・揚げ油 適量

★ししゃもには、成長期に必要なカルシウムが豊富に含まれています。
餃子の皮がパリッとしていて食べやすいですよ。

〈作り方〉

- ① ししゃもは酒で下味を付けて、でん粉を薄くまぶす。
- ② 餃子の皮にしその葉を置き、ししゃもをのせて巻く。



- ③ 巻き終わったところに水を付けて閉じる。
- ④ 揚げ油でカリッと揚げる。（目安160～170度・5～7分）